

المملكة العربية السعودية
المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني
الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج

قررت المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني تدريس هذه الحقيبة في " مراكز التدريب المهني "

البرنامج: الحلاقة

الحقيبة: تجميل البشرة

الفترة: (الثانية)



نسخة أولية 1426هـ

مقدمة

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من لا نبي بعده، محمد وعلى آله وصحبه، وبعد:

تسعى المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني لتأهيل الكوادر الوطنية المدربة القادرة على شغل الوظائف التقنية والفنية والمهنية المتوفرة في سوق العمل، ويأتي هذا الاهتمام نتيجةً للتوجهات السديدة من لدن قادة هذا الوطن التي تصب في مجملها نحو إيجاد وطن متكامل يعتمد ذاتياً على موارده وعلى قوة شبابه المسلح بالعلم والإيمان من أجل الاستمرار قدماً في دفع عجلة التقدم التنموي؛ لتصل بعون الله تعالى لمصاف الدول المتقدمة صناعياً.

وقد خطت الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج خطوة إيجابية تتفق مع التجارب الدولية المتقدمة في بناء البرامج التدريبية، وفق أساليب علمية حديثة تحاكي متطلبات سوق العمل بكافة تخصصاته لتلبي متطلباته، وقد تمثلت هذه الخطوة في مشروع إعداد المعايير المهنية الوطنية الذي يمثل الركيزة الأساسية في بناء البرامج التدريبية، إذ تعتمد المعايير في بنائها على تشكيل لجان تخصصية تمثل سوق العمل والمؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني بحيث تتوافق الرؤية العلمية مع الواقع العملي الذي تفرضه متطلبات سوق العمل، لتخرج هذه اللجان في النهاية بنظرة متكاملة لبرنامج تدريبي أكثر التصاقاً بسوق العمل، وأكثر واقعية في تحقيق متطلباته الأساسية.

وتتناول هذه الحقيبة التدريبية " تجميل البشرة " لمتدربي برنامج" فني حلاقة " لمراكز التدريب المهني موضوعات حيوية تتناول كيفية اكتساب المهارات اللازمة لهذا التخصص.

والإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج وهي تضع بين يديك هذه الحقيبة التدريبية تأمل من الله عز وجل أن تسهم بشكل مباشر في تأصيل المهارات الضرورية اللازمة، بأسلوب مبسط يخلو من التعقيد، وبالاستعانة بالتطبيقات والأشكال التي تدعم عملية اكتساب هذه المهارات.

والله نسأل أن يوفق القائمين على إعدادها والمستفيدين منها لما يحبه ويرضاه إنه سميع مجيب الدعاء.

الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج



تجميل البشرة

أنواع البشرة

الهدف العام من الحقيبة :

تهدف هذه الحقيبة إلى إكساب المتدرب المهارات اللازمة لتنظيف وتجميل البشرة.

تعريف بالوحدة:

تحتوي هذه الحقيبة على المهارات اللازمة لتنفيذ مختلف عمليات تنظيف وتجميل البشرة فلكل وجه ملامحه وسماته الخاصة التي تميزه عن غيره والقاعدة العامة في علم التجميل هي أن كل تغيير ولو كان بسيطا لابد أن يغير من شكل الوجه ويكسبه ملامح ذاتية وسمات خاصة في طريقة تجميله.

تعتبر هذه الحقيبة هي الجزء السادس من حقائب الحلاقة وتدرب في الفترة الثانية على مدى 54 حصة . الجزء الثاني من الحقيبة يدرب في الفترة الثالثة على مدى 80 حصة.

الوقت المتوقع لإتمام الحقيبة التدريبية :

يتم التدريب على مهارات هذه الحقيبة في 134 حصة تدريبية موزعة كالتالي:

- الوحدة الأولى : 20 حصة.
- الوحدة الثانية : 70 حصة.
- الوحدة الثالثة : 20 حصة.
- الوحدة الرابعة : 24 حصة.

هدف الوحدة العام :

أن يكون المتدرب قادراً على تحديد مختلف أنواع البشرة.

الأهداف التفصيلية :

- أن يتقن المتدرب تشخيص حالة البشرة.
- أن يتعرف المتدرب على مختلف أنواع البشرة.
- أن يتعرف المتدرب على البشرة الطبيعية.
- أن يتعرف المتدرب على البشرة الجافة .
- أن يتعرف المتدرب على البشرة : المركبة "المزدوجة".
- أن يتعرف المتدرب على البشرة الحساسة.

الوقت المتوقع لإتمام الوحدة : 20 حصة

في هذه الوحدة نتعرف على مختلف أنواع البشرة وطرق إعدادها للتنظيف .

البشرة:

إن الله سبحانه وتعالى لم يخلق البشر في قالب واحد كالدمى.. إنما خلق بلايين من الأنماط المختلفة والأشكال المتعددة الملامح والذاتية اللامتناهية العدد لتبرهن على عظمة الخالق في صنع البشر وقدرته على تشكيل الوجوه بحيث لا تكون متكررة أو متشابهة . إن نضارة بشرة الوجه ودوام شبابها ينبع من الصحة الجيدة والصحة تكمن في الغذاء الصحيح وفي الحياة الطبيعية.

ثم إن الحالة النفسية في هذا المجال تتساوى مع الغذاء والهواء والماء. إذ علينا الابتعاد ما أمكن عن التوترات العصبية المستمرة وعن الاستسلام للأحزان فالتنزه في الطبيعة واستنشاق الهواء النقي وممارسة الرياضة والمشي كلها ضروريات الصحة.

البشرة الطبيعية "العادية" :البشرة العادية تبدو ناعمة وجامدة الملمس في الوقت نفسه ليس هناك مساحات دهنية أو جافة ، أو بقع أو بثور إنها شائعة لدى الأولاد ولكنها قليلة لدى الراشدين .

البشرة الجافة:

من أسباب الجفاف هو الضعف في إفرازات الغدد الدهنية خصوصا عند التقدم في السن والجفاف في الجلد يتسبب أحيانا بشقوق سطحية واحمرار. فالبشرة الجافة أكثر عرضة لعلامات الشيخوخة المبكرة مثل الخطوط والتجاعيد. وفي هذه الحالة تناول الأطعمة المحتوية على الفيتامين (A) يحفظ البشرة من الجفاف والتشقق.

البشرة الدهنية:

بكثرة إفرازاتها فهي معرضة للميكروبات نظراً لاتساع مسامها وتراكم الدهون عليها ويمكن أن تظهر البشرة الدهنية بعد النضوج الجنسي. حيث تؤدي التغييرات في مستوى الهرمونات إلى زيادة مقدار مادة الزهم المنتجة مما يجعل البشرة زيتية مع مسام ظاهرة ومظهر براق يميل إلى البثور أو حب الشباب.

ولكن ميزة هذه البشرة الدهنية أنها تبدو عليها التجاعيد في سن متأخرة.

البشرة المركبة المزدوجة:

إنها الأكثر شيوعاً خصوصا بين المتقدمين في العمر يكون القسم الوسطى من الوجه إاى الجبين ، والأنف والذقن دهنيا وأكثر خشونة من بقية أنحاء الوجه. وهذا النوع من البشرة عرضة اللطخات من حين إلى آخر.

البشرة الحساسة:

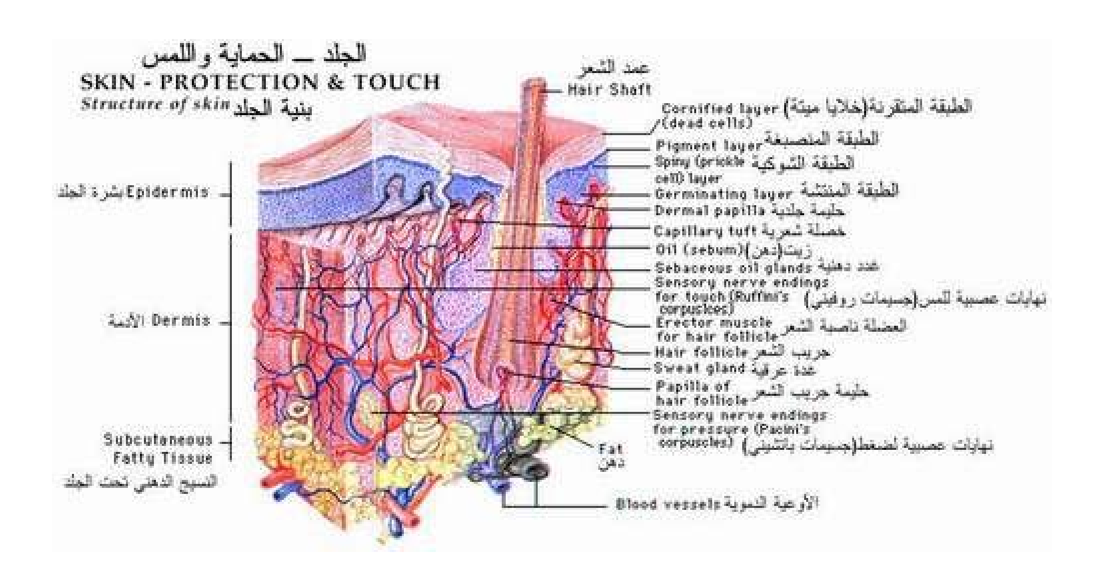
إنها شبيهة بالبشرة الجافة وهي من النوع الذي يميل إلى إظهار الأوردة المهمشة والكشف عن حساسيته تجاه العطور ومواد التجميل وهي تمتاز عادة بلون متورد جدا في الخدين ، يمكن للطقس البارد جدا أو الحار جدا أن يفاقم مشاكلها.

مكونات البشرة:

إن الناظر إلى البشرة يرى شكلا هندسيا رائعا بل إعجازا في تركيبها لا يستطيعه أحد إلا الذي خلق البشر ألا وهو الله. حيث إن البشرة تتركب من طبقتين:

الطبقة الأولى: الطبقة الخارجية التي يراها الإنسان بالعين المجردة والتي تقوم بحماية الجسم وذلك بتكوين حصن منيع يتألف من خلايا ميتة على السطح .

الطبقة الثانية: الأدمة وهي الطبقة الداخلية التي تقوم بتغذية البشرة وذلك لاحتوائها على بروتينات الكولاجين والإيلاستين إضافة إلى الأوعية الدموية والأعصاب ، وجريبات الشعيرات، والغدد الدهنية وغدد التعرق.



وترتكز كل من طبقتي البشرة والأدمة على طبقة من الدهن تحت الجلد في (اللحم). وتتكون البشرة من عدة طبقات من الخلايا تبلغ في المعدل 15 -25 طبقة وهي مرتبطة ببعضها بإحكام وذلك ضمن أربع طبقات مختلفة.

وهذه الطبقات تتفاوت في ثخانتها ورقتها فهي أرق ما تكون فوق الجفن حيث تقتصر الوظيفة على تأمين غطاء يحمي العين. بينما تبلغ أقصى ثخانتها في أخمص القدمين.

وبما أنه لا يوجد تزويد مباشر بالدم داخل البشرة يكفي أن تكون هناك الطبقة القاعدية حيث يتم تكوين الخلايا الجلدية فوق الطبقة الداخلية الأدمة مباشرة للحصول على حاجتها من الغذاء.

والطبقة القاعدية تعمل بلا توقف فهي تتكاثر باستمرار لتوليد خلايا جديدة. إلا أن هذه الخلايا لا تعمّر طويلاً . فعندما تنطلق هذه الخلايا الجديدة من الطبقة القاعدية إلى الطبقة الثانية التي تسمى الشائكة تبدأ بالموت.

وعندما تبلغ الطبقة الثالثة التي تسمى الطبقة الحبيبية تتعرف على بعضها وتكثر الحبيبات المكونة من الكيراتين وأخيرا بعد شهر كامل تنتهي الرحلة عند سطح البشرة "الطبقة القرنية" حيث تتكدس في طبقات تشبه ألواح الخشب مكونة درع حماية قوي. أسمك من الجلد الجاف الميت لتشكل حاجزا يحمي الطبقات الداخلية للجلد والجسد.

قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** تحديد نوع البشرة.
- **التمرين الثاني:** تحديد المناطق الدهنية في البشرة.
- **التمرين الثالث:** تحديد مناطق الكتل الدهنية في البشرة.

إجراءات السلامة:

- البس الزي المناسب للعمل.
- افحص البشرة.
- احذر مضايقة الزبون أثناء عملية التشخيص.
- التزم بالوقت المحدد لكل عملية.
- تأكد من نوع البشرة.
- تأكد من المستحضر المناسب لكل بشرة.
- احفظ العدد والأدوات بعد كل استعمال.
- التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.

التمرين الأول:

تحديد نوع البشرة باستخدام جهاز المكبر

النشاط المطلوب

قم بتحديد نوع البشرة مستخدماً جهاز المكبر.

العدد والأدوات:

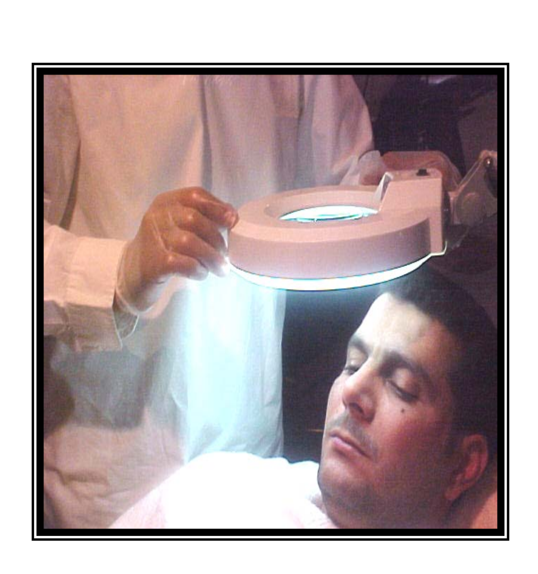
1. منشفة.
2. جهاز المكبر.
3. قطن.

المواد الخام:

1. مستحضر تنظيف بشرة.
2. بشرة طبيعية.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. نظف البشرة بمستحضر تنظيف خاص.
6. ضع جهاز المكبر على البشرة.
7. ابدأ بفحص منطقة الجبين – الأنف – الذقن.
8. أنه العملية بفحص منطقة الخدين.
9. قم بتشخيص كل منطقة في البشرة.



التمرين الثاني :

تحديد المناطق الدهنية للبشرة

النشاط المطلوب

قم بتحديد المناطق الدهنية للبشرة.



العدد والأدوات :

1. منشفة.
2. جهاز المكبر.
3. قطن

المواد الخام :

1. مستحضر تنظيف بشرة.
2. بشرة طبيعية.



يتركز إفراز الدهون في الوجه في المنطقة المحددة على شكل T ، وهي تشمل الجبهة والأنف والذقن

خطوات التنفيذ :

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. ضع منديلاً ورقياً على الوجه.
6. اضغط على المنديل في مناطق الجبين – الأنف – الذقن.
7. اسحب المنديل بلطف.
8. تأكد من وجود زيت على المنديل ثم حدد المناطق الدهنية في البشرة.

التمرين الثالث:

تحديد البشرة التي تحتوي على الكتل الدهنية

النشاط المطلوب

قم بتحديد البشرة التي تحتوي على الكتل الدهنية.

العدد والأدوات:

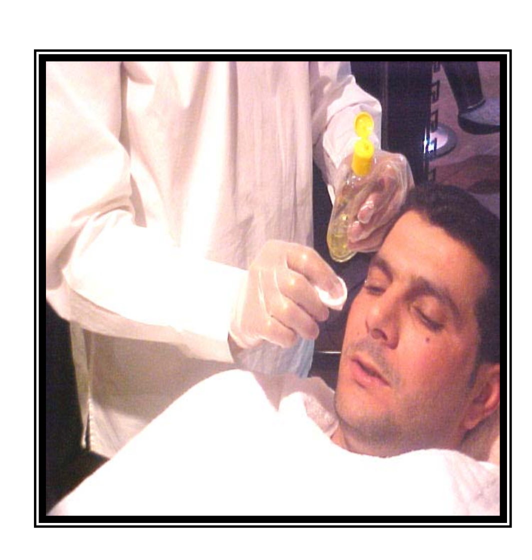
1. منشفة.
2. جهاز المكبر.
3. قطن

المواد الخام:

1. مستحضر تنظيف بشرة.
2. بشرة طبيعية.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات.
6. امسك بقطعة قطن باليد اليمنى.

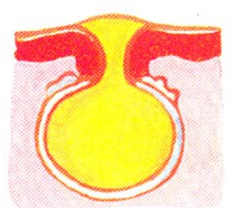


7. امسح الوجه مستخدماً مستحضر تنظيف للوجه.

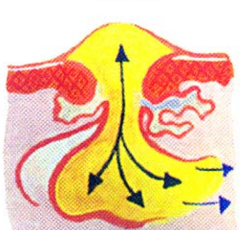
8. تأكد من القطن الذي استخدمته هل توجد به دهون أم لا.

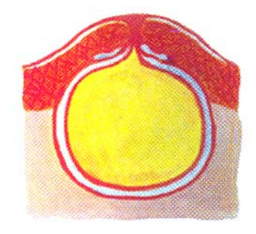
9. وجه جهاز المكبر على البشرة مباشرة.

10. حدد من خلاله المناطق التي توجد بها الكتل الدهنية.


حطاطة




بثرة


كُيَيس

التمرين الرابع:

تحديد البشرة الحساسة

النشاط المطلوب

قم بتحديد البشرة الحساسة.

العدد والأدوات:

1. منشفة.
2. جهاز مكبر.
3. قطن.

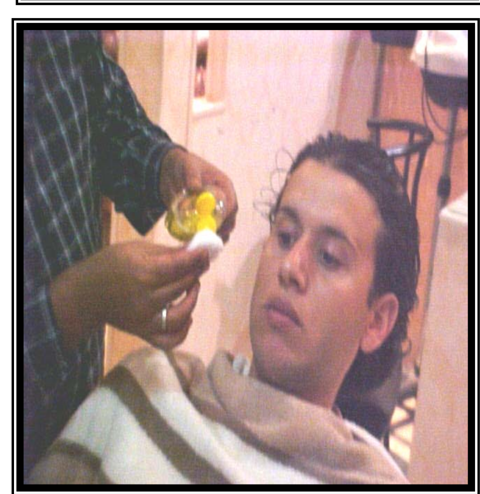
المواد الخام:

1. مستحضر تنظيف بشرة.
2. بشرة طبيعية.



خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات.



6. وجه جهاز المكبر على البشرة.
7. ابدأ بفحص منطقة الجبين – الأنف – الخدين – الذقن.
8. قم بمسح البشرة بمنظف خاص بالبشرة الحساسة.
9. تأكد من قطعة القطن بعد استخدامها.



بثرة بيضاء الرأس



بثرة سوداء الرأس

تقويم ذاتي

بعد الانتهاء من التدريب على "**أنواع البشرة**" قيم نفسك وقدراتك بواسطة إكمال هذا التقييم الذاتي لكل عنصر من العناصر المذكورة ، وذلك بوضع علامة (√) أمام مستوى الأداء الذي أتقنته ، وفي حالة عدم قابلية المهمة للتطبيق ضع العلامة في الخانة الخاصة بذلك.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقنت الأداء)			
		غير قابل للتطبيق	لا	نوعا ما	نعم
1	تعرفت على مكونات البشرة				
2	تعرفت على البشرة الطبيعية (العادية) ومميزاتها				
3	تعرفت على البشرة الجافة ومميزاتها				
4	تعرفت على البشرة المربكة (المزدوجة)				
5	تعرفت على البشرة الحساسة ومميزاتها				
6	أتقنت تحديد نوع البشرة				
7	أتقنت تحديد المناطق الدهنية للبشرة				
8	أتقنت تحديد البشرة الحساسة				
9	تعرفت على طبقات الجلد				
10	تعرفت على مكونات البشرة				
11					
يجب أن تصل النتيجة لجميع المفردات (البنود) المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي أو أنها غير قابلة للتطبيق، وفي حالة وجود مفردة في القائمة "لا" أو "جزئياً" فيجب إعادة التدرب على هذا النشاط مرة أخرى بمساعدة المدرب.					

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
....	....
....	....

قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	تعرف على مكونات البشرة					
2	تعرف على البشرة الطبيعية (العادية) ومميزاتها					
3	تعرف على البشرة الجافة ومميزاتها					
4	تعرف على البشرة المربكة (المزدوجة)					
5	تعرف على البشرة الحساسة ومميزاتها					
6	أتقن تحديد نوع البشرة					
7	أتقن تحديد المناطق الدهنية للبشرة					
8	أتقن تحديد البشرة الحساسة					
9	تعرف على طبقات الجلد					
10	تعرف على مكونات البشرة					
11						

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "لم يتقن" أو "أتقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.



المملكـة العربيـة السـعودية
المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني
الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج

تجميل البشرة

إزالة البثور والكتل الدهنية

إزالة البثور والكتل الدهنية

2

هدف الوحدة العام :

أن يكون المتدرب قادراً على إتقان تنظيف البشرة بحمام البخار وإزالة البثور والكتل الدهنية.

الأهداف التفصيلية :

- أن يكون المتدرب قادراً على تنظيف البشرة بالبخار.
- أن يكون المتدرب قادراً على إزالة البثور السوداء.
- أن يكون المتدرب قادراً على إزالة البثور البيضاء.
- أن يكون المتدرب قادراً على إزالة الكتل الدهنية.

الوقت المتوقع لإتمام الوحدة : 70 حصة

في الوحدة الأولى من هذه الحقيبة تعرفنا على عملية تحديد أنواع البشرة ، وفي هذه الوحدة سنتعرف على طرق تنظيف البشرة والتقنيات الأساسية المستخدمة لإزالة البثور والكتل الدهنية.

تقنيات تنظيف البشرة:

يعتبر حمام البخار أحد الأنواع الفرعية للحمامات العلاجية ومن أحدث طرق النظافة والعناية بالبشرة لأن له تأثيرات ذات فعالية في معالجة بعض حالات الجلد والمحافظة على درجة نعومة البشرة وزيادة جمالها لأنه يجعلها ناعمة جدا.

إن أهم فوائد حمام البخار للوجه زيادة تنشيط وتحسين الدورة الدموية في البشرة والعمل على تفتيح المسام للتخلص من أكبر قدر ممكن من الإفرازات الدهنية والسوائل الزائدة والمواد الضارة من أجل الحصول على بشرة نظيفة بطريقة مثالية وتهيئتها لقبول مختلف أنواع المعالجات الفيزيائية التجميلية.

حب الشباب:

يتفرع حب الشباب بين الظهور العارض لبعض البقع المنعزلة التي تعتبر أحيانا مصدر كبيرا للإحراج وتفشي كيسات وبثور قد تخلف ندبا خصوصا في الوجه وقد يؤدي تفشي الحبوب بشكل حاد ومستديم إلى فقدان الثقة بالنفس وإلى ضيق نفسي لا ضرورة له. وفي بعض الأحيان يترك حب الشباب ندبا دائمة إن عولج بطريقة غير سليمة أو ترك بدون علاج.

البثور بيضاء الرأس:

تتشكل عند تجمع خلايا ميتة ومواد أخرى في جريب الشعرة مسببة انسداد فتحات الجلد التي هي عبارة عن مسام صغيرة جدا.

البثور سوداء الرأس :

تشبه البثور البيضاء باستثناء أن المواد التي تسد المسام تفيض إلى خارج الفتحة وتسبب تمدد المسم والواقع أن اللون الأسود ليست أوساخا. إن تأكسد الدهون والخلايا الميتة داخل الجريب يجعل لونها داكنا. الآفات الالتهابية (الحبوب والبثور) تتكون عند تزايد الضغط في الجريب المسدود وتشقق جوانب الجريب تحت البشرة فتتسرب الدهون والخلايا الميتة والبكتريا عبر الشقوق إلى الأدمة مما يؤدي إلى احمرار البشرة المحيطة بالمسام والتهابها. يؤدي هذا الالتهاب الأولي إلى تشكل "حطاطة" حمراء حساسة على سطح البشرة. وعلى غرار البالون الذي ينفجر لفرط تمدده يتشقق الجريب ويسكب محتوياته المهيجة المكونة من الدهون والخلايا الميتة في البشرة المحيطة به.

فتتدخل خلايا الدم البيضاء لمهاجمة هذه المواد مكونة" القيح" وتخلف هذه العملية بثوراً في موضع الإصابة.

أما الندوب فهي تتكون عندما تلتئم الأنسجة الجلدية بعد الالتهابات مع تجمع إضافي للكولاجين القاسي.

قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** حمام بخار للوجه.
- **التمرين الثاني:** شفط الدهون.
- **التمرين الثالث:** شفط الكتل الدهنية.
- **التمرين الرابع :** إزالة البثور.
- **التمرين الخامس :** تدليك البشرة.
- **التمرين السادس:** تنظيف البشرة بالفرش الخاصة.

إجراءات السلامة:

- البس الزي المناسب للعمل.
- افحص البشرة
- البس القفازات الواقية.
- إحذر مضايقة الزبون أثناء استخدام البخار.
- أحذر استخدام آلة شفط الدهون.
- تأكد من آلة التدليك.
- تأكد من الجهاز المستخدم.
- تأكد من المستحضرات لكل بشرة.
- احفظ العدد والأدوات بعد الاستعمال.
- التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.
- التزم بالمسافة المحددة للبخار.

التمرين الأول:

حمام بخار للوجه باستخدام الجهاز الخاص بتنظيف البشرة

النشاط المطلوب:

قم بعمل حمام بخار للوجه مستخدماً الجهاز الخاص بتنظيف البشرة

العدد والأدوات

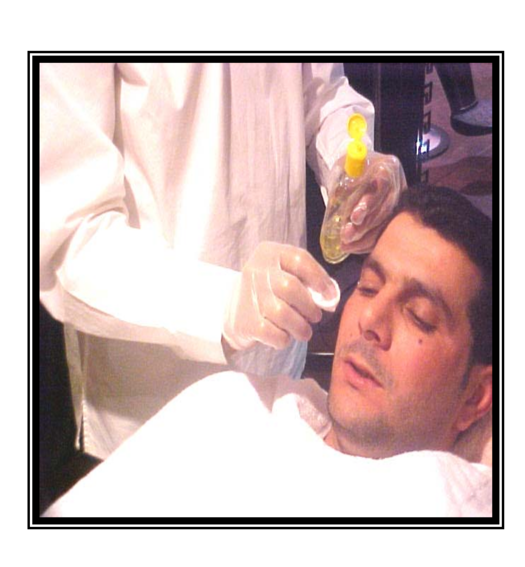
1. منشفة خاصة.
2. جهاز تنظيف بشرة بخاري.
3. قطن.

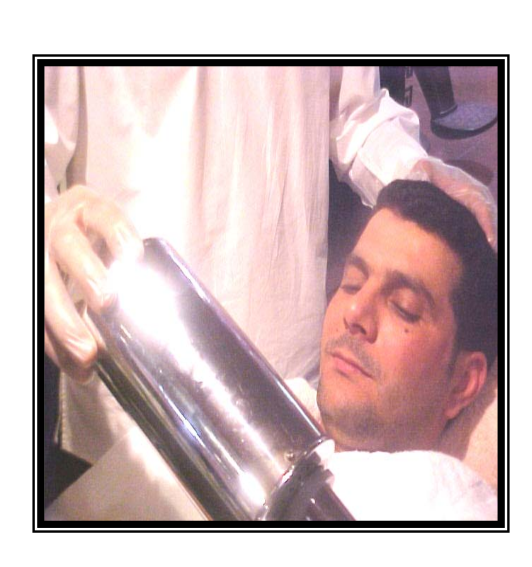
المواد الخام

1. بشرة طبيعية.
2. حليب تنظيف بشرة.

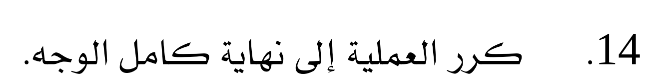
خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات واقية.
6. امسك قطعة قطن باليد اليمنى.
7. امسح كامل الوجه.





8. وجه البخار على الوجه لمدة 5 دقائق.
9. ضع كريم تنظيف على البشرة.
10. وجه البخار مرة ثانية على البشرة لمدة 5 دقائق.
11. أقفل جهاز البخار ثم افصله من الكهرباء
12. أمسك بقطعة قطن باليد اليمنى.
13. ابدأ بعملية التنظيف في شكل دائري على أجزاء البشرة.





14. كرر العملية إلى نهاية كامل الوجه.
15. نظف البشرة من بقايا الكريم
16. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الثاني :

سحب الدهون من البشرة باستخدام آلة البنز

النشاط المطلوب :

قم بسحب الدهون من البشرة مستخدماً البنز

العدد والأدوات

1. منشفة خاصة.
2. جهاز تنظيف بشرة.
3. آلة " البنز."
4. قطن.
5. جهاز بخار.

المواد الخام

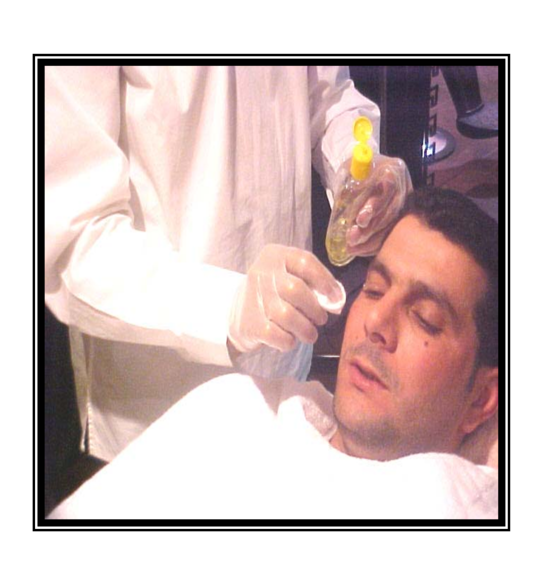
1. بشرة طبيعية.

خطوات التنفيذ :



1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات واقية.
6. امسك آلة" البنز " باليد اليمنى.
7. ضع اليد اليسرى على مكان الدهون

8. اضغط" بالبنز" على مكان الدهون.
9. كرر العملية على كامل المناطق.
10. أمسك بقطعة قطن ثم نظف البشرة بمستحضر تنظيف
11. أنه العملية بوضع كريم ملطف للبشرة .
12. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.



التمرين الثالث:

سحب الإفرازات الدهنية باستخدام آلة الفنتوس الخاصة بالشفط

النشاط المطلوب:

قم بسحب الدهون من البشرة مستخدماً آلة البنذ

العدد والأدوات

1. منشفة خاصة.
2. آلة شفط الدهون.
3. جهاز تنظيف بشرة.
4. أنابيب مختلفة.
5. قطن.
6. جهاز بخار.

المواد الخام

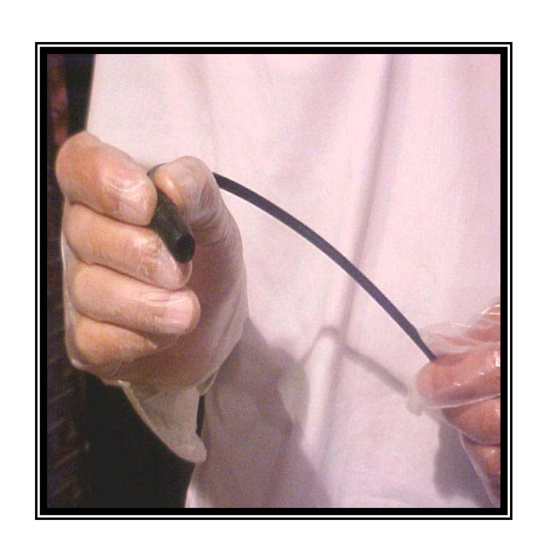
1. كريم تنظيف.
2. بشرة طبيعية.

خطوات التنفيذ:

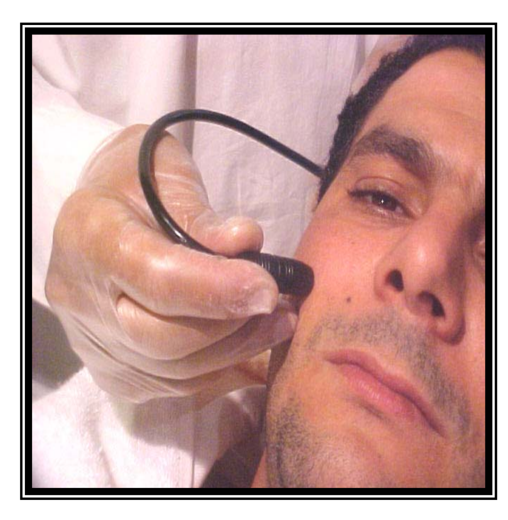
1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات واقية.



6. قم بتشغيل جهاز تنظيف البشرة.
7. امسك آلة الفنتوس اليد اليمنى.
8. تأكد من مكان الكتل الدهنية.



9. ضع رأس الأنبوب على مكان الكتل الدهنية.
10. اضغط على رأس الكتل الدهنية.



11. كرر العملية إلى نهاية كل أجزاء البشرة.
12. أنه العملية بتنظيف البشرة بمستحضر خاص.
13. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الرابع:

إزالة البثور باستخدام الآلة الخاصة في جهاز التنظيف

النشاط المطلوب:

قم بإزالة البثور مستخدماً الآلة الخاصة في جهاز التنظيف

العدد والأدوات

1. منشفة.
2. آلة شفط الدهون.
3. جهاز بخار.
4. جهاز تنظيف بشرة.

المواد الخام

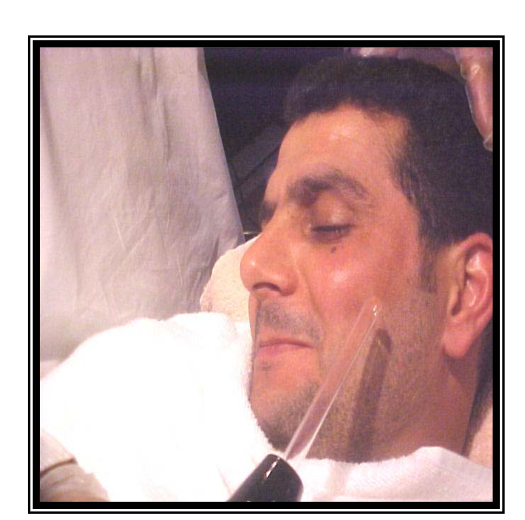
1. بشرة طبيعية.
2. كريم تنظيف بشرة.

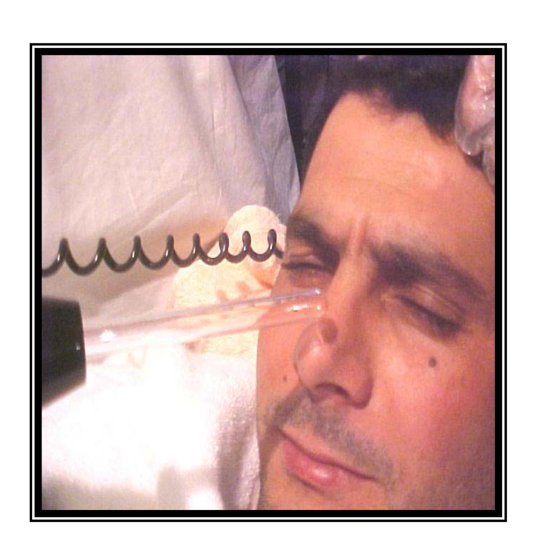
خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل.
3. عدل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات واقية.
6. حدد مكان البثور.
7. امسك الآلة باليد اليمنى.
8. اضغط على مكان البثور باليد اليسرى.



9. ضع رأس الأنبوب على مكان البثور.





10. اسحب الأوساخ من داخل البثور.
11. أمسك قطناً اليد اليسرى لكي تمسح بها بقايا الأوساخ.
12. كرر العملية على كامل مناطق البشرة.
13. أنه العملية بتنظيف كامل البشرة بمستحضر خاص.
14. نظف موقع العمل بعد الانتهاء

التمرين الخامس:

تدليك البشرة مستخدماً الآلة الخاصة بتنشيط الدورة الدموية

النشاط المطلوب:

قم بتدليك البشرة مستخدماً الآلة الخاصة لتنشيط الدورة الدموية

العدد والأدوات:

1. آلة تدليك بشرة.
2. منشفة.
3. قطن.

المواد الخام

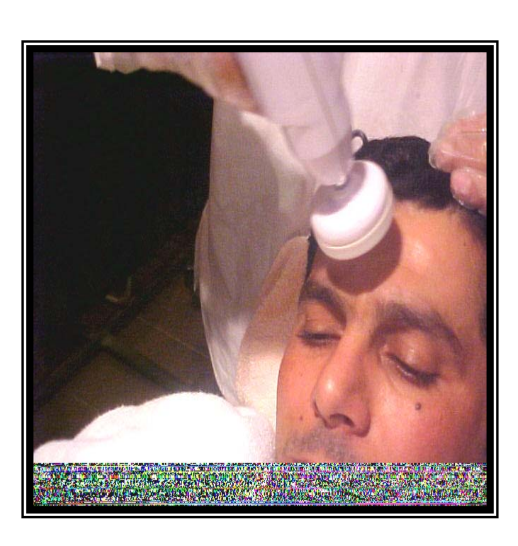
1. مستحضر تنظيف.
2. بشرة طبيعية

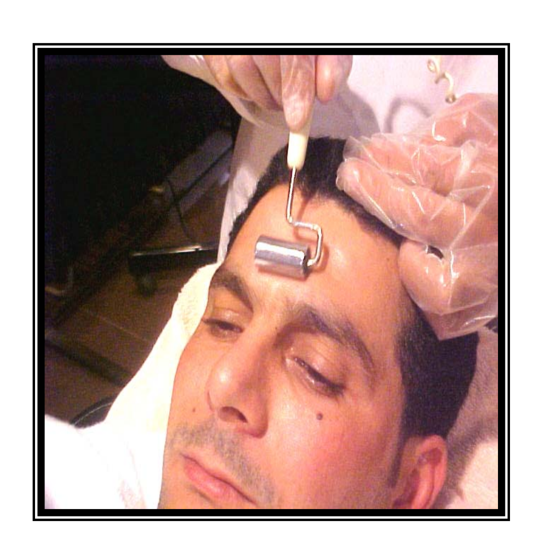
خطوات التنفيذ:

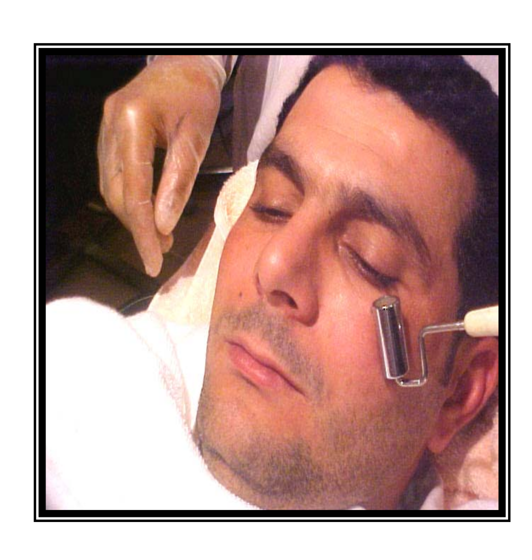
1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل.
3. عدّل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات واقية.
6. قم بتشغيل الآلة الخاصة.



7. امسك الآلة باليد اليمنى أو اليسرى.
8. مرر الجزء المتحرك للآلة على الجبين – أطراف الأنف – الذقن والخدين.
9. نظف البشرة بمستحضرات تنظيف.
10. استخدم القطن الخاص.
11. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.







التمرين السادس:

تنظيف البشرة باستخدام الفرش الخاصة

النشاط المطلوب:

قم بتنظيف البشرة مستخدماً الفرش الخاصة

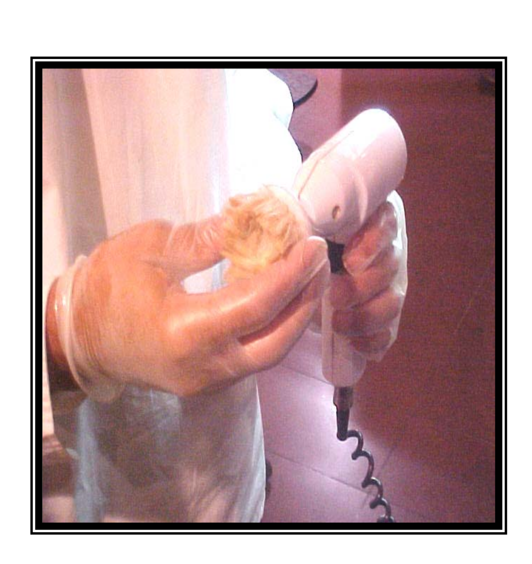
العدد والأدوات

1. منشفة.
2. جهاز تنظيف.
3. فرش تنظيف بشرة.

المواد الخام

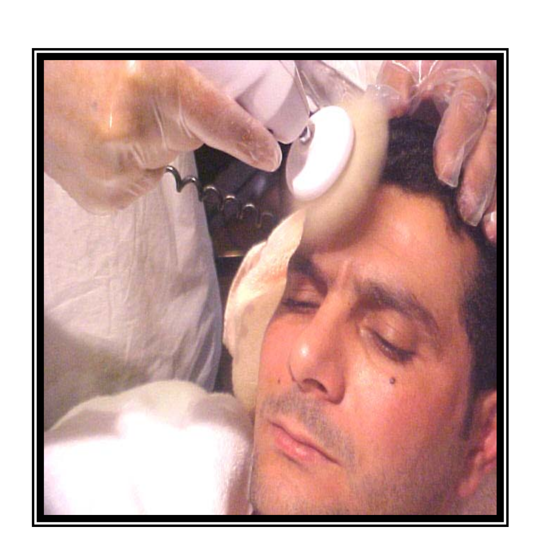
1. بشرة طبيعية.
2. مستحضر تنظيف.

خطوات التنفيذ:

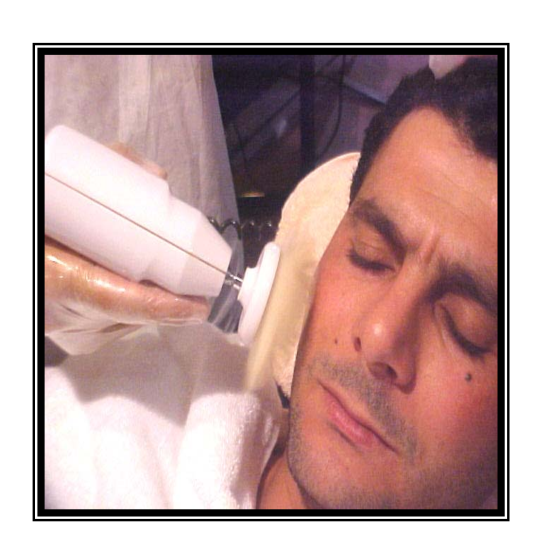


1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل.
3. عدّل الكرسي ثم ثبته.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات واقية.
6. امسك آلة الفرش باليد اليمنى.
7. شغل الجهاز.

8. ضع الفرشاة على سطح البشرة.



9. مرر الفرشاة بعناية على كامل أجزاء البشرة.



10. غير الفرش من وقت لآخر.
11. استخدم القطن الخاص لتنظيف البشرة.
12. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

تقويم ذاتي

بعد الانتهاء من التدريب على "**إزالة البثور والكتل الدهنية**" قيم نفسك وقدراتك بواسطة إكمال هذا التقييم الذاتي لكل عنصر من العناصر المذكورة ، وذلك بوضع علامة (√) أمام مستوى الأداء الذي أتقنه ، وفي حالة عدم قابلية المهمة ضع العلامة في الخانة الخاصة بذلك.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقنت الأداء)			
		غير قابل للتطبيق	لا	جزئياً	كلياً
1	أتقنت إزالة البثور السوداء من الوجه				
2	أتقنت إزالة البثور البيضاء من الوجه				
3	أتقنت إزالة الكتل الدهنية من الوجه				
4	أتقنت حمام البخار على الوجه				
5	أتقنت شفط الدهون بآلة البنز				
6	أتقنت إزالة الكتل الدهنية بآلة الفنتوس				
7	أتقنت تنظيف البشرة بالفرش الخاصة				
8	أتقنت تنظيف البشرة بمختلف الآلات				
9	تعرفت على البثور السوداء في البشرة				
10	تعرفت على البثور البيضاء في البشرة				
11	تعرفت على الكتل الدهنية في البشرة.				
12					
13					

يجب أن تصل النتيجة لجميع المفردات (البنود) المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي أو أنها غير قابلة للتطبيق، وفي حالة وجود مفردة في القائمة "لا" أو "جزئياً" فيجب إعادة التدرب على هذا النشاط مرة أخرى بمساعدة المدرب.

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
....	....
....	....

قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	تمكن من إتقان إزالة البثور السوداء من الوجه					
2	استطاع إزالة البثور البيضاء من الوجه					
3	أتقن إزالة الكتل الدهنية من الوجه					
4	تمكن من إتقان حمام البخار على الوجه					
5	أتقن شفط الدهون بآلة البنز					
6	أتقن إزالة الكتل الدهنية بآلة الفنتوس					
7	أتقن تنظيف البشرة بالفرش الخاصة					
8	أتقن تنظيف البشرة بمختلف الآلات الخاصة					
9	تعرف على البثور السوداء في البشرة					
10	تعرف على البثور البيضاء في البشرة					
11	تعرف على الكتل الدهنية في البشرة.					
12						
13						

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "لم يتقن" أو "أتقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.



المملكة العربية السعودية

المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني

الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج

تجميل البشرة

التقشير والقناع

التقشير والقناع

3

هدف الوحدة العام:

أن يكون المتدرب قادراً على إتقان عملية التقشير والقناع للبشرة.

الأهداف التفصيلية:

- أن يكون المتدرب قادراً على إتقان عملية التقشير.
- أن يكون المتدرب قادراً على إتقان عملية القناع لإزالة الخلايا الميتة من سطح البشرة.
- أن يكون المتدرب قادراً على استخدام قناع تنعيم المناطق الخشنة للبشرة.
- أن يكون المتدرب قادراً على استخدام قناع تنظيف البشرة.

الوقت المتوقع لإتمام الوحدة: 20 حصة

في الوحدة الثانية من هذه الحقيبة تعرفنا على عمليات إزالة البثور والكتل الدهنية من البشرة ، وفي هذه الوحدة سنتعرف على عملية التقشير والقناع لإزالة الخلايا الميتة وتنعيم البشرة.

تنظيف البشرة:

إن اتباع الطرق السليمة في تنظيف البشرة وتقشيرها يمكنك من تجديد الشباب على الدوام. ثم استخدام مستحضر كشط فعال في محو الخطوط الدقيقة المحيطة بالفم والعين بوجه خاص ، إذ يعمل الكشط الناعم على إزالة الطبقات الخارجية من الخلايا آليا لتصبح البشرة أكثر نعومة. تعتبر الكمادات الكاشطة المخصصة لإزالة طبقة الخلايا السطحية الميتة بلطف بالغ من أفضل وسائل تقشير البشرة. أما إذا كانت البشرة شديدة الحساسية تستبدل الكمادة بمنشفة للوجه وعند الاستعمال توضع بعض من مستحضرات التنظيف على الكمادة ويمسح سطح البشرة بلطف وبضربات ثانية نحو الأعلى والخارج والواقع أن هذه المهمة دقيقة جدا. إذ يتوجب تدليك البشرة ومن الجيد تمرير الكمادة تحت العين حيث يمكن للتجاعيد أن تتشكل بعد ذلك يغسل الوجه بالماء الفاتر ومن ثم بالماء البارد يدلك دوما نحو الأعلى والخارج، كما يجب تجنب تقشير البشرة المتهيجة أو المشققة .

قناع البشرة:

أقنعة البشرة هي وسيلة لمعالجة مركزة تعطي نتائج فورية وملموسة بعد الاستخدام مباشرة عدد مرات استخدام القناع يعتمد على طبيعة البشرة واحتياجاتها ، فالبشرة الجافة من مرتين إلى ثلاث مرات أسبوعيا وهناك أنواع كثيرة من الأقنعة المختلفة ولكل قناع مميزات بيولوجية خاصة لمعالجة نوع معين من العيوب أو المحافظة على نضارة وحيوية البشرة الطبيعية لذلك يجب اختيار نوع القناع حسب نوع البشرة والغرض المطلوب من استخدامه.

- أقنعة البشرة العادية.
- أقنعة البشرة الدهنية.
- أقنعة البشرة الجافة.
- أقنعة البشرة الحساسة .
- أقنعة البشرة ذات المسام الواسعة.
- أقنعة ضد عدم صفاء البشرة.

- أقنعة ضد حب الشباب.
- أقنعة لإزالة النمش والكلف.
- أقنعة ضد التجاعيد.
- أقنعة لتبييض لون البشرة.

الترطيب :

يعاني جميع الناس في بعض الأوقات من جفاف البشرة، ويتمثل علاجها الوحيد في المرطب ، إلا أن الترطيب لا يقتصر على مراهم النهار وحسب .

والواقع أن البشرة الجافة ليست سوى عبارة عن تراكم عديد من الخلايا الميتة الملتصقة بالبشرة. وتتكون هذه الخلايا من بروتين الكيراتين القابل لامتصاص الماء والتحول من قشور جافة إلى خلايا ناعمة ممتلئة. والبشرة الطبيعية الرطبة والمرنة مرتبطة في الحقيقة بالتفاعل المعقد لهذه الخلايا السطحية مع البيئة أو الماء أو إفرازات الجسد أو مستحضرات الترطيب المستعملة.

وتتضمن عملية ترطيب البشرة أربع خطوات هي:

أ - وقاية البشرة من الجفاف المفرط قدر الإمكان وذلك عند تنظيفها بعناية وتفادي البيئة الجافة.

ب - اللجوء إلى وسائل التقشير لإزالة الخلايا السطحية الميتة.

ج - تبليل سطح البشرة بالماء.

د - منع هذا الماء من التبخر ويتم تنفيذ الخطوتين الأخيرتين عبر استعمال مرطب ذي نوعية جيدة.

أهمية تقشر البشرة:

أن لتقشر البشرة منفعة خاصة في مجال العناية بها فمن شأن إزالة الخلايا الميتة أن تحمي البشرة من مشاكل كثيرة.

والواقع أن الجفاف ينجم عن تراكم عديد من الخلايا الميتة على سطح الجلد . بينما ينخفض عدد هذه الخلايا بشكل ملحوظ لدى البشرة الشابة وتأتي أهمية المسام من الخلايا الميتة التي تسدها.

قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** استخدام قناع لإزالة الخلايا الميتة للبشرة.
- **التمرين الثاني:** استخدام قناع لتنعيم المناطق الخشنة للبشرة.
- **التمرين الثالث:** استخدام قناع خاص لإزالة الأوساخ من داخل مسام البشرة.

إجراءات السلامة:

- البس الزي المناسب للعمل
- افحص البشرة.
- البس القفازات الواقية.
- أحذر مضايقة الزبون أثناء استخدام مستحضر التقشير.
- أحذر الاقتراب من المناطق الحساسة للبشرة.
- التزم بالوقت المحدد لكل عملية.
- تأكد من المستحضر المستخدم لكل بشرة.
- التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.
- احفظ العدد والأدوات المستخدمة بعد كل استعمال.

التمرين الأول:

إزالة الخلايا الميتة السطحية للبشرة باستخدام القناع الخاص

النشاط المطلوب:

قم بإزالة الخلايا الميتة السطحية للبشرة مستخدم القناع الخاص.

العدد والأدوات المستخدمة:

1. منشفة.
2. منديل ورق.
3. قطن.

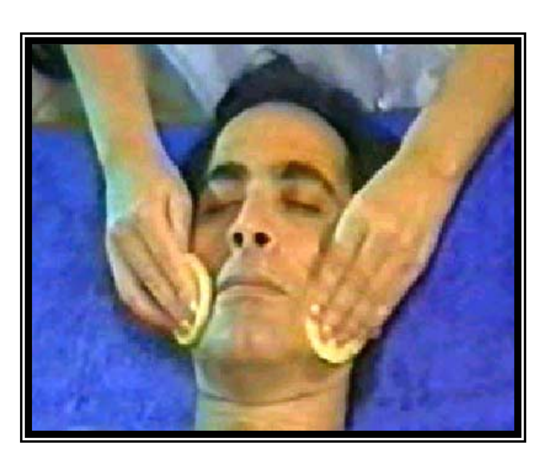
المواد الخام:

1. بشرة طبيعية.
2. سائل تنظيف بشرة.
3. مستحضر قناع خاص.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل
3. عدل الكرسي.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات.
6. افحص البشرة.

7. امسح البشرة بالقطن.

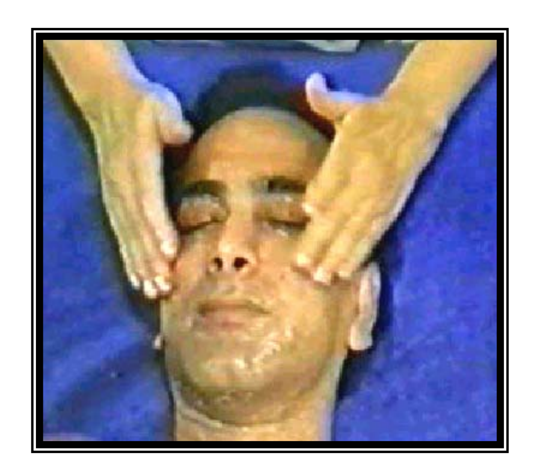


8. ضع القناع على البشرة.

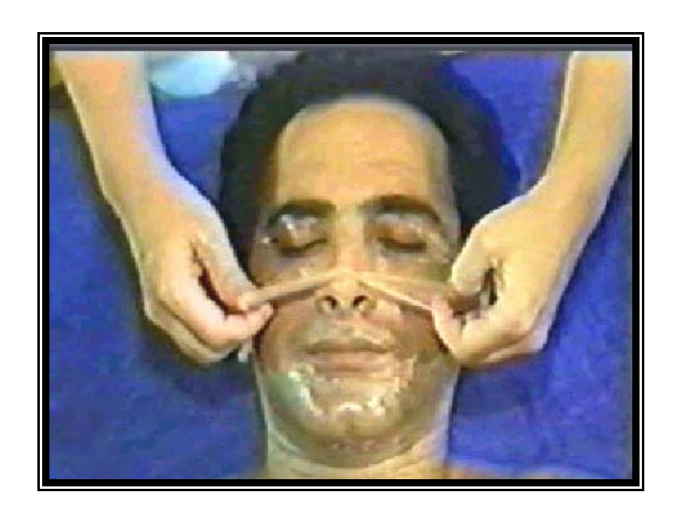


9. أحذر المناطق الحساسة للبشرة.

10. التزم بالوقت المحدد للعملية.

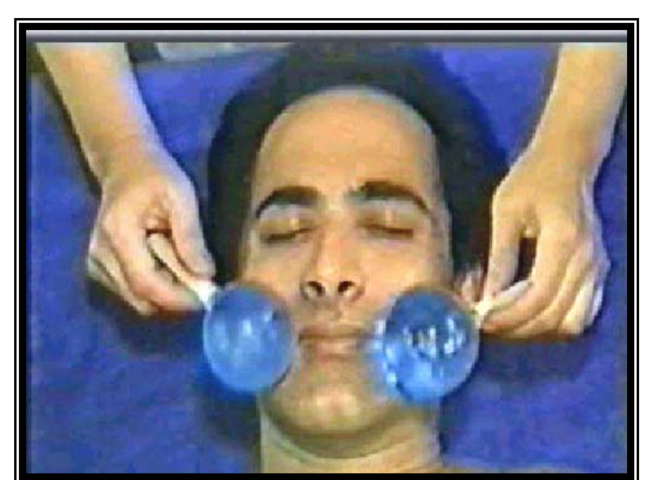


11. انزع القناع بعناية وحذر مستخدما اليدين اليمنى واليسرى.



12. امسح البشرة بسائل التنظيف.

13. اغسل البشرة بالماء البارد.



14. جفـــــف البشرة.

15. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الثاني:

تقشير البشرة لتنعيم المناطق الخشنة

النشاط المطلوب:

قم بتقشير البشرة لتنعيم المناطق الخشنة للبشرة

العدد والأدوات المستخدمة:

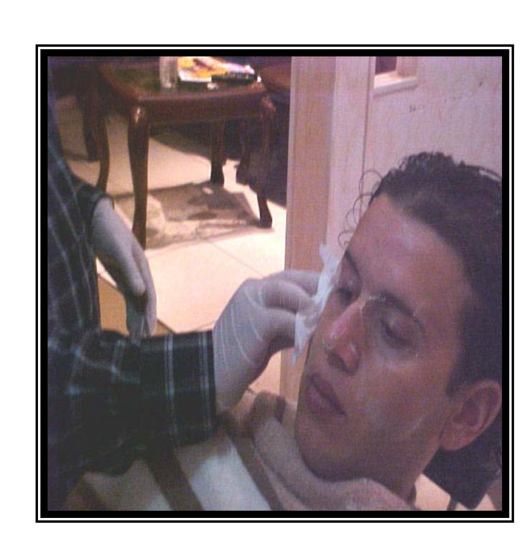
1. منشفة.
2. منديل ورق.
3. قطن.

المواد الخام:

1. مستحضر تقشير.
2. سائل تنظيف بشرة.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل
3. عدل الكرسي.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات
6. افحص البشرة.
7. امسح البشرة بقطعة قطن.

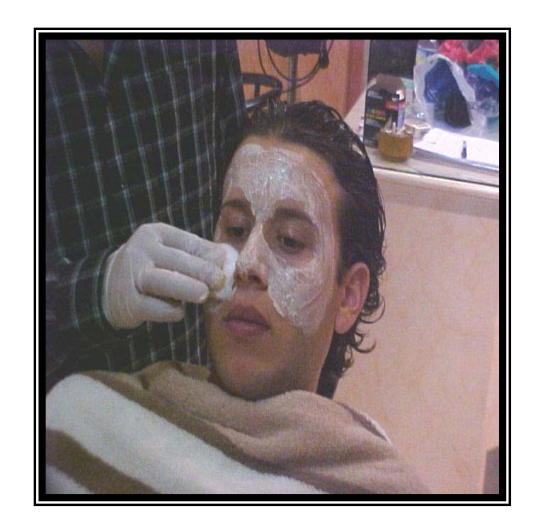


8. وزع المستحضر المستخدم على كامل أجزاء البشرة.





9. أحذر المناطق الحساسة للبشرة.



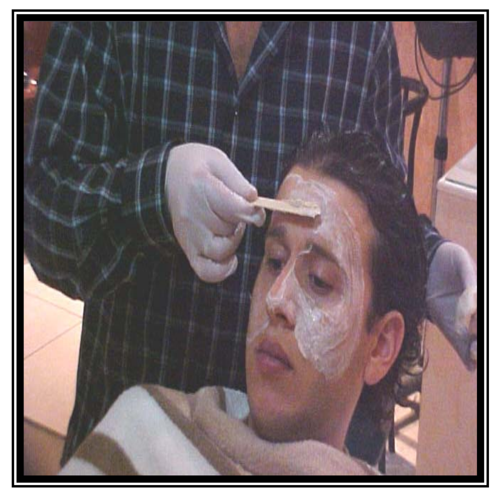
10. امسك قطعة قطن باليد اليمنى.


11. قم بتدليك البشرة على شكل دائري.

12. كرر العملية على كامل أجزاء البشرة.

13. نظف بقايا المستحضر من البشرة.

14. امسح البشرة بسائل التنظيف.



15. اغسل البشرة بالماء البارد.

16. جفف البشرة.

17. نظف موقع العمل بعد الانتهاء

التمرين الثالث:

إزالة الأوساخ من داخل مسام البشرة باستخدام قناع خاص

النشاط المطلوب:

قم باستخدام قناع خاص لإزالة الأوساخ من داخل مسام جلد البشرة.

العدد والأدوات المستخدمة:

1. منشفة.
2. جهاز بخار.
3. منديل ورق.
4. قطن.

المواد الخام:

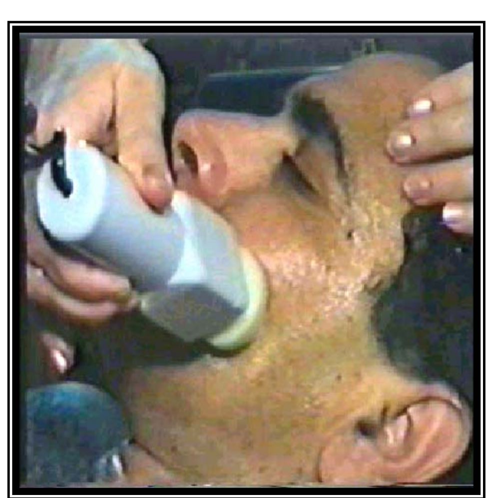
1. ماء ورد .
2. سائل منظف البشرة.
3. بشرة طبيعية.
4. مستحضر قناع خاص.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل
2. جهز موقع العمل
3. عدل الكرسي.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. البس قفازات
6. افحص البشرة.
7. ضع مستحضر تنظيف البشرة.



8. دلك البشرة بالآلة الخاصة.



9. قم بتشغيل جهاز البخار.



10. ضع قطناً على العينين.
11. وجه البخار على البشرة.

12. ضع منديلاً بارداً على البشرة.



13. جفف البشرة.
14. اترك مسافة حول العين.
15. التزم بالوقت المحدد للعملية.
16. اغسل الوجه بالماء البارد ثم بماء الورد.
18. جفف البشرة.
19. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

تقويم ذاتي

بعد الانتهاء من التدريب على "**التقشير والقناع**" قيم نفسك وقدراتك بواسطة إكمال هذا التقييم الذاتي لكل عنصر من العناصر المذكورة ، وذلك بوضع علامة (√) أمام مستوى الأداء الذي أتقنته ، وفي حالة عدم قابلية المهمة للتطبيق ضع العلامة في الخانة الخاصة بذلك.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقنت الأداء)			
		غير قابل للتطبيق	لا	جزئياً	كلياً
1	أتقنت تقشير البشرة – الصنفرة.				
2	أتقنت استخدام القناع لإزالة الخلايا الميتة				
3	أتقنت استخدام القناع لترطيب البشرة				
4	أتقنت استخدام القناع الخاص بالبشرة الحساسة				
5	أتقنت استخدام الأقنعة لإزالة النمش والكلف				
6	أتقنت استخدام أقنعة لتبييض لون البشرة				
7	تعرفت على مختلف الأقنعة الخاصة بالبشرة				
8	تعرفت على طرق ترطيب البشرة				
9					
10					

يجب أن تصل النتيجة لجميع المفردات (البنود) المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي أو أنها غير قابلة للتطبيق، وفي حالة وجود مفردة في القائمة "لا" أو "جزئياً" فيجب إعادة التدرب على هذا النشاط مرة أخرى بمساعدة المدرب.

تقويم المدرب

معلومات المتدرب						
....					....	
....					....	
قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.						
العناصر		مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	أتقن عملية تقشير البشرة – الصنفرة.					
2	أتقن استخدام القناع لإزالة الخلايا الميتة					
3	أتقن استخدام القناع لترطيب البشرة					
4	أتقن استخدام القناع الخاص بالبشرة الحساسة					
5	أتقن استخدام الأقنعة لإزالة النمش والكلف					
6	أتقن استخدام أقنعة لتبييض لون البشرة					
7	تعرف على مختلف الأقنعة الخاصة بالبشرة					
8	تعرف على طرق ترطيب البشرة					
9						
10						
11						
يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "لم يتقن" أو "أتقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.						



المملكـة العربيــة الســعودية
المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني
الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج

تجميل البشرة

تفتيح البشرة

تفتيح البشرة

4

هدف الوحدة العام :

أن يكون المتدرب قادراً على إتقان تفتيح لون البشرة وإخفاء بعض العيوب.

الأهداف التفصيلية :

- أن يكون المتدرب قادراً على إتقان التطرية اليومية.
- أن يكون المتدرب قادراً على إتقان التطرية الخاصة بالمناسبات الكبرى.
- أن يكون المتدرب قادراً على فن تبديل السحنة " الخيالية".

الوقت المتوقع لإتمام الوحدة : 24 **حصة**.

في الوحدة الثالثة من هذه الحقيبة تعرفنا على عملية تقشير القناع الخاص بكل بشرة ، وفي هذه الوحدة سنتعرف على تقنيات استخدام مواد تجميل البشرة وإتقان مختلف عمليات تفتيح الوجه وإخفاء بعض العيوب.

تفتيح البشرة:

المستحضرات الخاصة لتبييض البشرة لا تعتبر دائمة التأثير أو تغني عن لون البشرة الطبيعي. ولكن يمكن استخدامها من وقت لآخر لإزالة درجة اسمرار الجلد أو لمحاولة تفتيح لون البشرة درجة أو أكثر لإكسابها لونا وشكلا جميلا.

لذا يجب تنظيف الوجه والرقبة جيدا ثم استخدام حمام البخار للوجه وبعد ذلك تنظف البشرة بقطعة من القطن مشبعة بالكحول وماء الورد ثم يجفف الوجه تماما.

الماكياج:

يجب استخدام مستحضرات التجميل التي لا تحتوي على قدر كبير من الدهون كما يجب أن يكون كريم الأساس والبودرة مناسبة للون البشرة ثم يكون الماكياج عن طريق لمسات فنية.

ماكياج التصحيح:

هناك فوارق متعددة واختلافات متباينة في طبيعة تكوين أشكال وجوه البشر. وقد تمكن الخبراء من القيام بتصنيفها إلى ستة أنواع أساسية: الوجه البيضاوي - المثلث – المربع – المثلث المقلوب – المستطيل – المستدير.

إن المقصود بماكياج التصحيح هو إخفاء عيوب الوجه واستعادة النسب المثالية بين أجزائه المختلفة عن طريق الاستخدام الجيد للألوان المناسبة والتقنيات الجيدة لفن الماكياج وهذا بالطبع يتطلب إجراء بعض التعديلات في بعض أجزاء الوجه كتغيير شكل الفم أو تقليل مساحة الجبهة أو جعل الأنف أقصر من حقيقته أو إخفاء البروزات في بعض عظام الوجه وحالة إجراء هذه الإصلاحات بغرض إخفاء بعض العيوب حتى يبدو جذاباً ومتألقاً. يجب أن تتم هذه الإصلاحات فوق مستحضرات التأسيس سواء كانت من النوع السائل أو الكريمات ويمكن إجراء هذه التعديلات في شكل الوجه عن طريق زيادة توضيح القسمات الضعيفة والنحيفة، لكي تبدو أكبر من حجمها الحقيقي وتظليل الأجزاء البارزة من الوجه لكي تبدو أقل حجماً.

قائمة التمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** تفتيح البشرة (التطرية اليومية)
- **التمرين الثاني:** التطرية الخاصة بالمناسبات الكبرى.
- **التمرين الثالث:** التطرية الخيالية (المكياج المبتكر للبشرة).
- **التمرين الرابع:** تصحيح الأخطاء بالتطرية.

إجراءات السلامة:

- البس الزي المناسب للعمل.
- افحص البشرة
- أحذر مضايقة الزبون أثناء وضع مستحضرات التجميل على البشرة.
- تأكد من مناسبة المستحضر مع البشرة.
- التزم بالوقفة الصحيحة مع البشرة.
- احفظ العدد والأدوات المستخدمة بعد كل استعمال.
- أحذر المناطق الحساسة للبشرة.

التمرين الأول:

تفتيح البشرة باستخدام المكياج اليومي

النشاط المطلوب

قم بتفتيح البشرة مستخدم المكياج اليومي.

العدد والأدوات:

1. منشفة.
2. قطن.
3. منديل ورق.
4. فرشاة خاصة.
5. مشط ذو أسنان صغيرة.

المواد الخام:

1. مستحضر لتفتيح البشرة.
2. بشرة طبيعية.
3. سائل تنظيف بشرة.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل .
3. عدل الكرسي المستخدم.
4. ضع ورقاً خاصاً حول رقبة الزبون.
5. شخص حالة البشرة.
6. حدد المستحضرات المستخدمة.

7. نظف البشرة بمستحضر خاص.



8. ضع كريم الأساس على البشرة مع تدليكه جيدا.





9. ضع كريم التفتيح على كامل أجزاء البشرة مع دلكها جيدا.
10. ضع مستحضر البودرة بالفرشاة على كامل أجزاء الوجه.
11. مشط الشوارب – الذقن.
12. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الثاني :

تغيير لون البشرة مستخدماً المكياج الخاص بالمناسبات الكبرى

النشاط المطلوب

قم بتغيير لون البشرة مستخدماً المكياج الخاص بالمناسبات الكبرى.

العدد والأدوات :

1. منشفة.
2. قطن.
3. منديل ورق.
4. فرشاة خاصة.
5. إسفنجة خاصة.

المواد الخام :

1. مستحضر لتفتيح البشرة.
2. بشرة طبيعية.
3. سائل تنظيف بشرة.

خطوات التنفيذ :

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل .
3. عدل الكرسي المستخدم.
4. ضع ورقاً خاصاً حول رقبة الزبون.
5. شخص حالة البشرة.

6. حدد المستحضرات المستخدمة.
7. نظف البشرة بمستحضر خاص.



8. ضع كريم الأساس على البشرة.





9. قم بتدليك الكريم جيدا.
10. ضع كريم التفتيح على البشرة مع دلكه بأصابع اليد جيدا.



11. ضع مستحضر البودرة بالفرشاة على كامل أجزاء الوجه.
12. مشط شعر الحواجب.
13. مشط الشوارب – الذقن.
14. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الثالث:

تغيير لون البشرة مستخدماً المكياج المبتكر

النشاط المطلوب

قم بتغيير لون البشرة مستخدماً المكياج المبتكر.

العدد والأدوات:

1. منشفة.
2. قطن.
3. منديل ورق.
4. فرشاة خاصة.
5. إسفنجة خاصة.

المواد الخام:

1. مستحضر لتفتيح البشرة.
2. بشرة طبيعية.
3. سائل تنظيف بشرة.

خطوات التنفيذ:

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل .
3. عدل الكرسي المستخدم.
4. ضع ورقاً خاصاً حول رقبة الزبون.
5. شخص حالة البشرة.

6. حدد المستحضرات المستخدمة.
7. نظف البشرة بمستحضر خاص.
8. ضع كريم الأساس على البشرة.
9. قم بتدليك الكريم جيدا.
10. ضع كريم التفتيح على البشرة مع تدليكه جيدا.
11. أمسك الإسفنجة الخاصة باليد اليمنى.
12. بلل الإسفنجة بالماء الفاتر ثم امزجها في البودرة .
13. وزعها بالتساوي على كامل أجزاء البشرة.





14. أمسك الفرشاة باليد اليمنى ثم وزع قليلاً من البودرة على أجزاء الوجه لتجفيفه من سائل الكريم.
15. مشط شعر الحواجب - الشوارب – الذقن.
16. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الرابع :

تفتيح لون البشرة مع تصحيح بعض الأخطاء

النشاط المطلوب

قم بتفتيح لون البشرة مع تصحيح بعض الأخطاء.

العدد والأدوات :

1. منشفة.
2. قطن.
3. منديل ورق.
4. فرشاة خاصة.
5. إسفنجة خاصة.

المواد الخام :

1. مستحضر لتفتيح البشرة.
2. بشرة طبيعية.
3. سائل تنظيف بشرة.

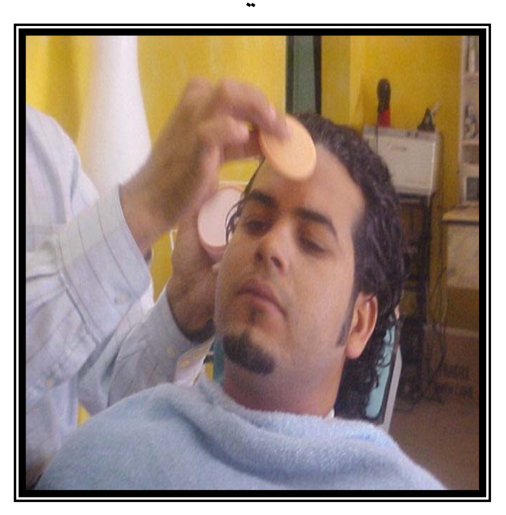
خطوات التنفيذ :

1. طبق قواعد السلامة أثناء العمل.
2. جهز موقع العمل .
3. عدل الكرسي المستخدم.
4. ضع منشفة حول رقبة الزبون.
5. حدد شكل الوجه وتقاسيمه

6. نظف البشرة بمستحضر التنظيف.
7. ضع كريم الأساس على كامل أجزاء الوجه
8. قم بتدليك الكريم جيدا.
9. ضع كريم التفتيح على البشرة مع تدليكه جيدا.



10. ضع البودرة الخاصة على الأجزاء التي تريد تصحيحها.



11. امشط شعر الحواجب حسب شكل الوجه
12. امشط شعر الشوارب حسب شكل الفم
13. مرر الإسفنجة الخاصة على كامل أجزاء الوجه لتنظيف بقايا البودرة الخاصة.
14. نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

تقويم ذاتي

بعد الانتهاء من التدريب على "**تفتيح البشرة**". قيم نفسك وقدراتك بواسطة إكمال هذا التقييم الذاتي لكل عنصر من العناصر المذكورة ، وذلك بوضع علامة (√) أمام مستوى الأداء الذي أتقنه ، وفي حالة عدم قابلية المهمة ضع العلامة في الخانة الخاصة بذلك.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقنت الأداء)			
		غير قابل للتطبيق	لا	جزئياً	كلياً
1	أتقنت استخدام المكياج اليومي				
2	أتقنت استخدام المكياج الخاص بالمناسبات الكبرى				
3	أتقنت استخدام المكياج المبتكر				
4	أتقنت تفتيح لون البشرة				
5	أتقنت إخفاء بعض العيوب بالبشرة				
6	أتقنت التجميل المناسب لكل بشرة				
7	أتقنت تجميل مختلف أشكال الوجوه				
8					
9					
10					

يجب أن تصل النتيجة لجميع المفردات (البنود) المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي أو أنها غير قابلة للتطبيق، وفي حالة وجود مفردة في القائمة "لا" أو "جزئياً" فيجب إعادة التدرُّب على هذا النشاط مرة أخرى بمساعدة المدرب.

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
....	....
....	....

قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	أتقن المكياج اليومي					
2	أتقن المكياج الخاص بالمناسبات الكبرى					
3	أتقن استخدام المكياج المبتكر					
4	أتقن تفتيح لون البشرة					
5	أتقن إخفاء بعض العيوب بالبشرة					
6	أتقن التجميل المناسب لكل بشرة					
7	أتقن تجميل مختلف أشكال الوجوه					
8						
9						
10						
11						

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "لم يتقن" أو "أتقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.

المحتويات

الوحدة الأولى : أنواع البشرة

الوحدة الثانية : إزالة البثور والكتل الدهنية

الوحدة الثالثة : التقشير والقناع

الوحدة الرابعة: تفتيح البشرة

تقدر المؤسسة العامة للتعليم الفني والتدريب المهني الدعم

المالي المقدم من شركة بي آيه إي سيستمز (العمليات) المحدودة

GOTEVOT appreciates the financial support provided by BAE SYSTEMS

BAE SYSTEMS